

## 성숙에 관한 상담심리학적 연구: 정신분석 및 인본주의 심리학적 관점을 중심으로1)

안석 교수 (서울기독교대학교 치유상담대학원)

### I. 들어가는 말

### II. 성숙에 관한 정신분석적 이해

### III. 성숙에 관한 인본주의 심리학적 이해

### IV. 성숙에 관한 기독교상담심리학적 이해

### V. 나가는 말

#### I. 들어가는 말

인간은 긍정적 성품과 부정적 성품의 양면성을 지닌 존재이다. 그런데 인간의 마음과 행동을 연구하는 심리학은 인간의 부정적인 측면에 더 많은 관심을 기울여왔다. 인간의 부적응, 이상심리, 정신병리, 정신장애에 대한 연구들이 여기에 해당된다고 볼 수 있다. 그 결과 긍정적 측면에서 인간의 정신병리에 관한 정신분석적 발달이 심도있게 이루어졌을 뿐만 아니라 DSM(American Psychiatric Association, *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*, 2000)과 같이 정신장애의 체계적인 분류체계가 여러 차례의 개정과정을 거치면서 구체적으로 발전했다.

그러나 그 반면에 인간의 긍정적 성품과 잠재력과 같은 인간의 긍정적 측면에 관한 연구는 심리학자나 상담학자들의 연구대상에서 소외되는 경향으로 나타났다. 이러한 분위기 속에서 인간의 긍정적인 측면을 연구해야할 필요성이 대두되었는데, 그 분야가 바로 긍정심리학(positive psychology)라 할 수 있다.

긍정심리학의 창시자인 셀리그만(Martin Seligman)은 심리학이 인간의 자기실현과 성숙을 위해 인간의 긍정적 측면을 강화할 수 있어야 한다고 다음과 같이 말한바 있다. “심리학은 인간의 약점과 장애에 대한 학문만이 아니라 인간의 강점과 덕성에 대한 학문이기도 해야 한다. 진정한 치료는 손상된 것을 고치는 것이 아니라 인간 안에 있는 최선의 역량을 이끌어 내주는 것이어야 한다”<sup>2)</sup> 이런 측면에서 긍정심리학은 인간의 강점과 덕성 및 재능을 함양하고 행복을 강화시키는 심리학의 영역이라 볼 수 있다. 또한 셀든(K. M. Sheldon)과 킹(L. King)은 긍정심리학을 다음과 같이 말한바 있다. “긍정심리학은 사람들이 지니는 강

1) 본 소고는 완성되지 않은 글로서 인용을 금합니다.

2) Seligman, M. E. P. “The president's address, *American Psychologist*, vol. 54, 1999, pp. 559-562.

점과 덕성에 대한 과학적인 연구이다. 긍정심리학은 “보통사람들”에게 있어서 그들이 잘 기능하고 또한 올바르게 행동하며, 자신들의 삶을 향상시키도록 만드는 요인이 무엇인지를 해명해내는 것이다. ‘타고난 적응능력과 배운 기술을 성공적으로 활용하는 가운데 보다 효율적으로 잘 살아가는 사람들의 특징들은 어떤 것들인가? 또한 여러 가지 역경 가운데에서도 목적의식을 분명히 하며 의연한 태도로 살아가는 많은 사람들의 삶을 심리학적으로 어떻게 설명할 수 있는가?’와 같은 질문들을 연구한다. 이와 같은 측면에서 긍정심리학은 인간의 잠재력, 동기 그리고 능력을 열림 자세로 높이 평가하는 관점을 갖도록 하는 노력이라 할 수 있다.<sup>3)</sup>

그러나 긍정심리학의 태동 이전부터 자기실현적 입장을 지닌 상담심리학 분야의 연구자들은 성숙한 인간의 특성을 밝히기 위해 노력해왔다. 프로이트, 에릭슨, 융, 알포트, 프롬, 매슬로우 등이 여기에 해당한다고 볼 수 있다. 이들은 성숙한 인간상을 정의하는 용어로서 성숙한 인간(mature person), 건강한 인간(healthy person), 생산적 인간(productive person), 자아실현적 인간(self-actualizing person), 충분히 기능하는 인간(fully functioning person)등 다양한 개념을 사용한바 있다. 본 논문은 인간의 성숙에 관한 상담심리학적 연구로서, 정신분석과 인간의 긍정적 성품에 관심을 갖고 연구한 인본주의 심리학자들의 관점에서 연구하고 이를 기독교상담적 측면에서 평가하고자 한다.

## II. 성숙에 관한 정신분석적 이해

메이얼스(S. Myers)와 다이에너(E. Diener)는 1990년대까지 이루어진 심리학적 연구 가운데 인간의 부정적인 측면을 다룬 연구논문이 인간의 긍정적인 측면을 다룬 연구논문보다 17배 더 많은 점을 지적했다.<sup>4)</sup>

들어가는 말에서 간략하게 말한 대로 그동안 정신분석적 차원에서는 인간의 병리에 초점이 맞추어져 있어서 인간의 긍정적 힘으로서의 다양한 요소에는 관심이 없었던 것은 사실이다. 프로이트의 의도와는 상관없이 지금까지 정신분석적 전통에서 인간의 병리에 초점이 맞추어진것은 부인하기 힘든 사실이다. 그러나 프로이트에 의해 명시적으로 구체적으로 다루어지지 않았으나, 본 장에서는 프로이트가 인간의 긍정적 성향의 가능성을 제시한 부분을 재조명하면서 정신분석 차원에서 인간의 긍정적 힘으로서의 기능을 다루어 보고자 한다. 먼저 프로이트의 사상에서 인간의 긍정적 차원에서의 인간의 힘으로서의 ‘자기조절’을 다룰 것이다. ‘자기조절’은 프로이트가 문명인으로서 인간이 지켜내야 할 욕망의 절제와 관련된다고 볼 수 있다. 즉 프로이트에 의하면, 인간은 자신의 욕망을 절제해야하는데, 이러한 자기조절을 통해 인간은 성숙한다는 것이다. 그 후에 프로이트의 정신분석을 확장한 프롬(Erich Fromm)의 사상을 다루되, 성숙한 인간으로서의 ‘생산적 인간’에 대한 개념을 중심으로 성숙한 인간에 대한 특성을 살펴 볼 것이다. 그 후에 프로이트의 정신분석을 사회발달심리적 측면으로 확장한 에릭슨의 사상 속에서 인간의 긍정적 힘으로서의 ‘덕’을 살펴보겠다.<sup>5)</sup>

3) Sheldon, K. M., & King, L. “Why positive psychology is necessary”, *American Psychologist*, vol. 56, 2001, p. 216.

4) Myers, S., & Diener, E. “Who is happy?”, *Psychological Science*, vol. 6, 1995, pp. 10-19.

5) 특히 인간의 근원적 힘으로서의 ‘덕’에 관한 에릭슨의 발달단계에 대한 연구에서 연구자는 캡스(Donald Capps)의 이론에 빛을 쬐다.

## 1. 프로이트 정신분석과 욕망의 절제로서의 ‘자기조절’

자기 조절은 자기실현과 성숙에 있어서 중요한 주제이다.<sup>6)</sup> 자기조절은 개인이 세계와 의 원활한 상호작용을 위해서 자신을 외부현실에 맞추려는 노력이라고 할 수 있다. 인간이 지니는 내재적 경향성은 외부세계와 충돌하는 경우가 허다하다. 적응을 위해서는 세계를 자신에 맞추어 변화시키거나 자신을 세계에 맞추어 변화시켜야 한다. 자기 조절은 후자의 적응 노력에 해당한다.<sup>7)</sup> 자신을 세계에 변화시켜 나가려는 자기조절 능력을 프로이트는 인간의 삶의 핵심으로 간주하고, 이를 개인적 본능과 문명의 갈등으로 이해했다.<sup>8)</sup>

프로이트는 개인의 본능을 억압하고 절제하게 해주는 문명의 긍정적 기제로 윤리와 종교적 가치를 제시했다. 프로이트에 의하면, 문명적 초자아는 자신의 이상을 개발하고, 또한 자신의 요구를 제출해 왔는데, 그런 요구들 가운데 인간의 상호 관계에 대한 요구는 윤리에 포함되어 있다고 보았다.<sup>9)</sup> 프로이트에 의하면, 사람들은 어느 시대에나 윤리에 가장 큰 가치를 부여해왔다는 것이다. 왜냐하면 윤리가 특히 중요한 결과를 낳으리라고 기대했기 때문이다. 그리고 실제로 윤리는 모든 문명의 가장 큰 약점으로 쉽게 인정받을 수 있는 문제를 다루고 있기 때문이다. 이런 관점에서 프로이트에 의하면 윤리는 그 약점을 치료하려는 노력—그때까지 다른 문화적 활동이 이룩하지 못한 일을 초자아의 명령으로 달성하려는 노력—이라고 생각했다. 따라서 프로이트는 우리 앞에 놓여 있는 문제는 문명을 가로막는 최대의 장애물, 즉 인간의 상호 공격적인 성향을 제거하는 것이며, 바로 그렇기 때문에 우리는 초자아의 문화적 명령 가운데 가장 최근의 명령—네 이웃을 네 몸처럼 사랑하라—에 특별한 관심을 갖고 있다고 보았다.<sup>10)</sup>

프로이트에 의하면, 문명인은 이러한 방식으로 개인의 욕망을 억제하고 절제하는 ‘자기조절’이 필요하다고 보았다. 이러한 관점에서 프로이트는 인류의 문명과정과 개인의 발달과정은 중요한 유사점을 갖고 있다고 보았다. 여기에서는 세 가지 관점을 제시해 보고자 한다. 첫째, 프로이트에 의하면, 개인의 발달은 두 가지 욕구, 즉 행복을 얻으려는 욕구와 공동체 안에서 타인들과 결합하려는 욕구의 상호 작용의 산물처럼 보이는데, 전자를 ‘이기적’이라고 부르고 후자를 ‘이타적’이라고 불렀다. 프로이트는 개인의 발달 과정에서는 주로 ‘이기적’ 욕구가 강조되고, ‘문명적’이라고 부를 수 있는 ‘이타적’ 욕구는 대개 견제적 역할로 만족한다고 보았다. 따라서 프로이트는 모든 개인 안에서도 개인적 행복을 얻으려는 욕구와 타인들과 결속하려는 욕구가 서로 싸우고 있다고 보았다. 또한 개인의 발달 과정과 인류의

---

6) 희망과 낙관주의의 연구에 관한 권위자 피터슨(Christopher Peterson)은 미시간 대학교 임상심리학 연구소의 소장이었으며 다년간 성격적 강점과 덕성의 분류체계를 위해 연구하였다. 당시 이를 위해 VIA(Values-in-Action) 연구소가 창립되었으며, 여기에 많은 연구자들이 참여했다. 피터슨과 셀리그만(M. E. P. Seligman)을 비롯한 VIA(Values-in-Action)연구원은 인간의 긍정적 특질의 분류체계를 구성하기 위해 6개의 핵심덕목과 24개의 강점으로 구성된 분류체계를 제시했다. 이를 성격적 강점과 덕성에 관한 VIA 분류체계(Value-in Action Classification of Character Strengths and Virtues)라 하는데, 이 분류체계에 해당하는 핵심 덕목은 지혜(wisdom), 인애(humanity), 용기(courage), 절제(temperance), 정의(justice), 초월(transcendence)이다. 이를 상위 6개 덕목(the High Six)이라 부르며, 각각의 상위 6개 덕목에 3-5개의 하위 강점이 포함되는데, 총 24개의 하위요소의 성격적 강점과 덕성이 있다. 이 가운데 ‘자기조절’은 상위덕목인 ‘절제’의 하위 강점요소에 해당한다.

7) 권석만, 『인간의 긍정적 성품: 긍정심리학의 관점』, 서울: 학지사, 2011, p. 368.

8) 프로이트의 개인의 본능과 문명간의 갈등에 관한 구체적인 논의는 Freud, 『문명속의 불만』, 김석희 역, 서울: 열린책들, 1997, pp. 239-341 참조하시오.

9) Freud, 『문명속의 불만』, 김석희 역, 서울: 열린책들, 1997, p. 337.

10) Freud, *Ibid.*, p. 337.

문명 과정보다 적대적인 대립 관계 속에서 서로 우위를 차지하려고 격렬히 다투고 있다고 보았다.<sup>11)</sup> 문제는 개인과 사회의 이 투쟁은 아마 영원히 화해할 수 없는 에로스와 죽음의 본능이라는 두 가지 주요한 원초적 본능 사이의 모순에서 생겨나는 것이 아니라고 보았다. 오히려 프로이트는 그것을 ‘리비도 경제학’ 안에서 벌어지는 경쟁으로서, 리비도의 분배를 둘러싼 자아와 대상의 경쟁과 비슷하다고 보았다. 이 투쟁은 개인한테서는 결국 화해로 끝날 여지가 있고, 문명이 오늘날 개인의 삶을 아무리 억압한다 해도 결국에는 문명과 개인 사이에도 화해가 이루어지리라고 기대했다.<sup>12)</sup> 이런 식으로 문명인 각 개인은 자신의 욕망을 억압, 절제하는 자기조절을 함으로써 문명과 화해를 이룬다고 보았다.

둘째, 프로이트는 공동체도 개인과 마찬가지로 문명과정에서 영향을 미치는 초자아를 발달 시킴으로서 문명발달이 이루어진다고 보았다. 그래서 프로이트는 어떤 시대의 문명이 갖는 초자아는 개인의 초자아와 비슷한 기원에서 유래한다고 보았다.<sup>13)</sup> 즉 문명의 초자아는 위대한 지도적 인물들—압도적인 정신력을 가진 사람이나 인간의 여러 가지 충동 가운데 하나를 가장 강력하고 가장 순수하며 따라서 가장 외곬으로 발현시킨 인물—이 남긴 인상에 바탕을 두고 있다고 보았다. 그 결과 위대한 인물들이 살아 있을 때는, 늘 그런 것은 아니지만 자주 남들의 경멸과 학대를 받고 잔인하게 살해되기 까지 했다고 보았다.<sup>14)</sup> 이런 관점에서 프로이트는 원시시대의 아버지는 폭력으로 죽음을 맞이한 뒤 오랜 세월이 흐른 뒤에야 비로소 신격을 얻었다고 보았으며, 이런 운명적 관계를 보여주는 가장 감동적인 예를 예수 그리스도에서 찾고 있다. 프로이트에게서 그리스도는 신화상의 인물이 아니지만, 아버지 살해라는 원초적 사건에 대한 희미한 기억에 의지하여 그리스도를 신화가 다시 부활시켰다고 보고 있다.<sup>15)</sup>

셋째, 프로이트는 개인적 초자아와 마찬가지로 문명적 초자아도 엄격한 이상적 요구를 제시하고, 그 요구에 복종하지 않으면 ‘양심의 불안’이라는 경험한다고 보았다. 특히 심리작용은 개인보다 오히려 집단에서 나타나는 경우에 우리와 더 친숙하고, 우리의 의식이 받아들여지기도 더 쉽다는 점을 지적했다. 이러한 측면에서 프로이트는 집단의 문화적 발전과정과 개인의 문화적 발달 과정은 언제나 맞물려 있다고 보았다. 그렇기 때문에, 초자아의 발현과 속성 가운데 어떤 것은 각각의 개인보다 문명 공동체 속에서 작용할 때 더 쉽게 탐지할 수 있다고 보았다.<sup>16)</sup>

이상에서 보았듯이 프로이트에 따르면, 인간의 개인적 본능 욕구는 늘 외부현실인 사회 문화적 환경과 갈등적인 관계에 있다는 것이다. 개인적 본능 욕구는 말초적이며, 쾌락을 추구하며, 즉각적인 개인의 충족을 원한다. 그러나 외부 현실인 사회문화적 환경은 공동체의 질서와 평화를 유지하기 위해 개인적 본능 욕구를 억제 혹은 지연시키는 것을 그 미덕으로 삼는다. 프로이트에 의하면, 모든 아이는 본능적 욕구를 갖고 태어나지만, 외부현실인 사회 문화적 환경과의 관계를 통하여 심리적 구조를 형성하는데, 자아(ego)라고 보았다. 이 자아가 원초아, 초자아 그리고 외부현실인 사회문화적 환경을 의식함으로써 자기절제를 통해 건장한 자아가 된다고 보았다.

11) Freud, *Ibid.*, pp. 334-335.

12) Freud, *Ibid.*, pp. 335-336.

13) Freud, *Ibid.*, p. 336.

14) Freud, *Ibid.*, p. 336.

15) Freud, *Ibid.*, p. 336.

16) Freud, *Ibid.*, pp. 336-337.

이를 좀 더 구체적으로 살펴보면, 자아는 본능적인 성적 욕망을 뜻하는 원초아(Id)와 사회의 도덕적 문화를 내면화한 초자아(superego)의 갈등을 조정하는 것이 주된 역할이다. 원초아는 쾌락원리(pleasure principle)에 따라 욕망을 충족시키려 하는 반면, 초자아는 도덕원리(moral principle)를 따라 욕망을 억제하려 한다. 인간의 부적응 문제는 기본적으로 원초아와 초자아의 갈등에 기인하며 이러한 갈등을 중재하는 기능을 자아가 담당한다. 자아는 현실원리(reality principle)에 따라 주변의 환경적 상황을 고려하면서 원초아와 초자아 간의 타협과 절충을 통해 갈등해결을 추구한다. 이런 측면에서 권석만은 프로이트가 제시한 성격의 삼원구조이론(tripartite theory of personality)은 거시적인 관점에서 자기조절의 주체를 설명하는 이론이라고 보았다. 자아가 자기조절의 주체로서 내면적 갈등을 완화하기 위해서 다양한 방어기제를 사용한다는 것이다.<sup>17)</sup> 즉 프로이트는 개인이 성숙한 인간이 되기 위해서는 개인의 자아가 초자아, 이드, 현실원리의 삼원구조안에서 자기조절을 통해 욕망이 절제될 때 가능하다고 보았다.

## 2.フロムの 성숙한 인간으로서의 ‘생산적 인간’

정신분석가, 철학자, 사회학자였던フロム(Erich Fromm, 1900-1980)은 다양한 학문적 영역을 섭렵하며 인간과 사회의 상호작용에 관심을 기울였다.フロム은 프로이트의 정신분석을 사회학적 측면으로 확장하였으며, 성숙한 인간상으로 ‘생산적 인간(productive person)’을 제안했다. 여기에서 ‘생산적’이라는 말은 인간의 능력과 잠재력을 충분히 발휘한다는 의미이다. 이러한 점에서フロムの ‘생산적 인간’에 관한 사상은 21세기에 주목받고 있는 긍정심리학과 일맥상통한다 할 수 있다.

フロム에 따르면, 인간의 삶은 하등동물의 삶과 크게 2가지 점에서 다르다고 보았다. 인간은 하등동물과 마찬가지로 식욕이나 성욕과 같은 생물학적 욕구를 지니지만, 그들과 다른 점은 이러한 욕구를 충족시키는 방법에 훨씬 융통성이 있다는 점이다. 더 중요한 차이는 동물이 소유하지 못하는 여러 가지 심리적 욕구를 인간은 가지고 있다는 점이다. 이러한 심리적 욕구는 인간의 성격에 중요한 영향을 미친다. 건강하고 성숙한 사람의 가장 큰 특징은 심리적 욕구를 창의적이고 생산적인 방식으로 충족시킨다는 점이다.<sup>18)</sup>

フロム에 의하면, 인간은 보편적으로 ‘안전’을 추구하고 고독을 회피하려는 추동과 ‘자유’를 추구하고 자기창조를 위한 추동을 갖는다고 보았다. 이처럼フロム은 ‘자유 대 안전’에 대한 대립개념을 바탕으로 여섯 가지의 기본적 심리구조가 나타난다고 보았다. 인간이 지니는 심리적 욕구는 관계성(relatedness)의 욕구, 초월(transcendence)의 욕구, 소속감(rootedness)의 욕구, 자기정체감(sense of identity)의 욕구, 지향틀(frame of orientation)의 욕구, 흥분과 자극(excitement and stimulation)의 욕구를 말한다.フロム은 인간의 여섯 가지 기본적 심리적 욕구를 통해 ‘생산적 인간’ 설명했다.

이를 구체적으로 살펴보면, 첫째, 관계성의 욕구로서, 이는 인간은 고독하고 무의미한 존재라는 사실을 인식함으로써 다른 사람 또는 자연과 의미 있는 연결을 형성하고자 하는 마음이다.フロム에 의하면, 인간이 세계와 관계를 맺는 가장 건강한 방법으로는 사랑을 통한 방법이라고 보았다. 둘째, 초월의 욕구로서, 수동적인 동물의 상태를 넘어서 능동적으로 자

17) 권석만, 『인간의 긍정적 성품: 긍정심리학의 관점』, 서울: 학지사, 2011, p. 368.

18) 권석만, 『인간관계의 심리학』, 서울: 학지사, 2004, p. 441.

신의 삶을 형성하려는 욕구를 말한다. 창조적 활동은 인간의 삶을 적극적으로 형성하는 가장 성숙한 방법이라 볼 수 있다. 셋째, 소속감의 욕구로서, 인간이 가족, 집단, 지역 사회에서 애착을 형성하고 어디엔가 자신의 뿌리를 내려 정착하려는 욕구를 말한다. 소속감의 욕구가 충족되는 건강한 방식은 다른 사람들과의 형제애, 사랑, 관심, 참여의식 등이 있으며, 건강치 못한 방식으로는 유아기의 안전감에 집착한다든가, 민족주의가 그것이다. 넷째, 자기정체감의 욕구로서, ‘나는 누구인가’라는 물음에 대한 확고한 인식을 의미하며, 개인이 자신의 독특한 능력 및 특성을 자각하려는 욕구를 말한다. 자기정체감의 욕구를 만족시키는 방법으로는 자신이 개성적 존재가 되는 것이며, 자신의 삶을 스스로 통제하고 능동적으로 자신의 삶을 형성하는 것을 의미한다. 다섯째, 지향틀의 욕구로서, 세상의 현상을 해석하고 이해하는 틀을 갖고자 하는 욕구를 의미하며, 이를 통해 환경에 대한 일관된 견해를 발달시킨다. 합리적 사고방식에 의해 세계를 객관적으로 인식하는 것이 생산적 인간이라고 보았다. 여섯째, 흥분과 자극의 욕구로서, 이는 인간이 단순하게 반응하기보다는 적극적으로 목표를 추구하기 위해서 활동수준과 민감성의 최고의 수준에서 인간의 뇌가 잘 기능할 수 있도록 외부환경을 얻고자 하는 욕구를 말한다.<sup>19)</sup>

앞서 제시한 물론 프롬의 이론은 20세기에 문화와 사회의 중요성이 강조되던 시기에 제시되었다. 하지만 최근에도 프롬의 이론들은 사회적 힘의 영향력을 이해하고, 사랑하며, 생산적이며, 삶에 책임을 지는 인간존재에 대한 중요성을 이해하는데 많은 시사점을 안겨주고 있다.<sup>20)</sup> 또한 프롬에 의하면, 사회는 인간이 만든 것이므로, 해결할 수 있는 능력도 인간이 가지고 있다고 보았다. 이런 측면에서 프롬은 다음과 같이 말한바 있다. “인간은 자신이 해결해야 할 문제를 가지고 있으며, 그러한 문제들 앞에서 도피할 수 없다는 것을 이해할 수 있는 유일한 동물이다. 이와 같은 의미에서 인간은 자신이 죽음을 피할 수 없다는 것을 인식하는 유일한 동물이다.”<sup>21)</sup> 이런 측면에서 프롬은 프로이트보다는 더 인간이 자신의 문제를 해결할 능력을 가지고 있기 때문에 희망적이라고 믿었다.

### 3. 에릭슨의 인간의 근원적 힘으로서의 ‘덕’

프로이트의 정신분석 이론을 확장하여 정신분석적 사회심리발달이론을 제시한 에릭슨(Erik H. Erikson, 1902-1994)은 오직 인간의 병리적 측면에서 연구의 관심을 집중했던 것은 아니었다.<sup>22)</sup>

에릭슨의 사상 가운데 인간의 근원적 힘으로서의 ‘덕’과 ‘희망’<sup>23)</sup>은 그러한 면을 잘 보여

19) 프롬의 ‘생산적 인간’에 관한 보다 구체적인 논의는 Fromm, Erich. *Escape from Freedom*, New York: Holt, Rinehart & Winston, 1941; Fromm, Erich. *Man for Himself*, New York: Holt, Rinehart & Winston, 1947 참조하시오.

20) Spiegel, “Reflections on our Heritage from Erich Fromm”, *Contemporary Psychoanalysis*, Vol. 30, 1994, pp. 419-424; 노안영 · 강영신, 『성격심리학』, 서울: 학지사, 2002, p. 211.

21) Fromm, *The Sane Society*, New York: Holt, Rinehart & Winston, 1955, pp. 23-24.

22) 에릭슨은 역사가들이 역사적 사건을 설명하기 위해 개인의 심리발달사에 관한 부분을 무시하는 경향이 있는 반면에, 정신분석가는 개인의 무의식에 집중하는 가운데 포괄적인 역사적 과정을 가볍게 여기는 경향이 있음을 지적하였다. 그는 이러한 단점을 보완한 심리역사적 분석을 제시했다. 그는 간다(Mahatma Gandhi), 루터(Martin Luther), 버나드 쇼(George Bernard Shaw)등과 같이 종교적, 정치적으로 유명한 인물들을 선정하여 그들의 삶의 위기와 그 대처방식을 묘사하는데, 심리역사적 분석을 통해 개인에 관한 전기적 연구를 했다.

23) 인간의 긍정적 성품으로서 ‘희망’에 대하여는 본 논문의 마지막 부분인 기독교상담심리학적 측면에서 다시 다룰 것이다.

준다. 에릭슨은 「인간의 힘과 세대의 주기(Human Strength and the Cycle of Generations)」에서 정신분석적 사고가 인간의 병리현상(pathologies)에 집중하려는 경향이 있어 왔으나, 인간의 개인적 능력이나 힘(strength)에는 많은 주의를 기울이지 않았다고 언급했다. 정신분석학은 치료상의 과정(therapeutic process)이기에 병리학(pathology)에 대한 이런 강조는 이해할 만하다. 그러나 에릭슨은 반세기를 넘어 삶의 이야기를 경청하면서, 정신분석학은 개인적 생애주기(individual life cycle)와 세대의 순환과정(the sequence of generations)중 고유한 본래의 힘들의 공식적인 이미지를 발전시켜 왔다고 믿었다. 이 이미지는 정신분석가가 맡은 환자가 회복되고 있고 건강한 삶의 선상에 있다고 말할 수 있게끔 한다고 보았다. 이 이미지에는 병리학적 증상의 감소 그 이상이 내포되어 있다고 이해했다. 그것은 증상의 부재(absence of symptoms)가 아닌, 정신분석가에게 환자가 호전되고 있다고 말할 수 있게 하는 어떤 힘들의 현존(the presence of certain strengths)이라고 보았다.

에릭슨은 몇몇 가지고 있고 다른 몇몇은 가지고 있지 않은 성격상의 특징이 아닌 누구에게나 가능한 기본적인 인간의 특성에 관해 이야기하고 있다는 것을 논의하기 위해, 그는 이런 힘들을 중요한 요점을 나타내는데 쓰이는 단어인 ‘덕(virtue)’이라고 불렀다. 고대 영어에서는 덕(virtue)이란 단어는 고유한 본래의 힘 또는 능동적 특성을 의미했고, 잘 보관된 약과 술의 저하되지 않는 효능에 언급되곤 했다. 그러므로 캡스는 덕과 영은 호환적인 의미를 가졌다고 보고 있다.<sup>24)</sup> 에릭슨은 이러한 인간의 힘들을 ‘덕’이라고 부르면서 다음과 같은 질문을 제기했다. “우리는 주어진 생명력을 잃을 때 어떤 덕(virtue)이 우리로부터 나오는가? 그리고 우리의 도덕성이 단지 도덕주의(moralism)가 되거나 우리의 윤리성이 미약한 친절이 되지 않고 생명이 있고, 힘찬 특성을 우리로 하여금 가질 수 있게 하는 힘들은 과연 무엇인가?”<sup>25)</sup>

에릭슨은 8단계의 인간성숙으로의 발달 단계를 설명함에 있어서 발달하는 모든 것은 생물학적으로 타고난 기본계획과 같은 원래의 계획이 (사전)에 존재하며 이 기본 계획을 바탕으로 각 부분들이 각각 저마다 가장 적절한 시기에 형성된다고 보았다. 그 결과 각 부분들은 전체적인 유기체적인 기능을 수행할 수 있게 된다고 보았다.<sup>26)</sup>

여기에서 주목할 점은 에릭슨이 그의 부인 조앤 에릭슨(Joan Erikson)과 함께 연구한 인간의 생애는 8가지 발달단계로 이루어져 있다는 생애주기이론(life-cycle theory)인데, 이는 에릭슨이 기본적인 인간의 힘 또는 덕을 연구하기 전에 이 발달 이론을 체계화하면서, 생애주기의 각각 주어진 단계의 정신역동(psychodynamics)과 밀접히 관련된 8가지 덕이 있음을 제시했다는 점이다.<sup>27)</sup> 문체는 8가지 덕인 희망(hope), 의지(will), 목적(purpose), 능력(competence), 충성(fidelity), 사랑(love), 돌봄(care), 지혜(wisdom)가 인간의 긍정적 성품과 인간의 잠재력을 연구하는 오늘날의 긍정심리학의 연구주제인 성격적 강점과 덕성에 관한 VIA 분류체계(Value-in Action Classification of Character Strengths and Virtues)

24) Capps, 『희망의 대리인』, 안석 외 역, 서울: 도서출판 인간희극, 2011, p. 56.

25) Erikson, “Human Strength and the Cycle of Generations”, *Insights and Responsibility*, (New York: W. W. Norton), 1964, p. 113; Capps, 『희망의 대리인』, 안석 외 역, 서울: 도서출판 인간희극, 2011, p. 56.

26) Erikson, *Identity and the Life Cycle*, New York: Norton, 1980, p. 53.

27) 에릭슨의 생애주기론에 관해 또한 8가지 기본적인 특성에 대해 자세히 논의하는 것은 본 논문의 범위를 넘어선 것이므로 생애주기론이나 8가지 기본적인 특성에 관하여는 에릭슨의 저서 *Insights and Responsibility* 를 참조하시오.

에 해당되는 핵심 덕목인 지혜(wisdom), 인애(humanity), 용기(courage), 절제(temperance), 정의(justice), 초월(transcendence)와 그 하위요소의 성격적 강점과 덕성과 매우 흡사하다는 점이다.

이는 에릭슨에게 있어서도 근원적으로 인간의 성숙을 도모할 수 있는 힘(덕, virtue)이 내재되어 있다는 의미이며, 성숙한 인간이 되기 위해서는 그것이 개인의 발달단계를 거치는 동안 구체적으로 실현되어야 한다고 보았다.

### III. 성숙에 관한 인본주의 심리학적 이해

앞에서 연구자는 성숙에 관한 정신분석적 측면을 살펴보면서 프로이트, فرو름, 에릭슨의 핵심개념을 살펴보았다. 여기에서는 성숙에 관한 인본주의 심리학자들의 살펴 볼 것이다. 특히 자아 자체 내부에 막한 긍정적 힘을 지닌 역동적 과정이 존재한다고 보았던 올포트의 성숙한 성인의 연구의 결과인 ‘성숙한 인격’의 특징에 대해 살펴 볼 것이다. 그 후에 건강한 인간의 본성에 대한 연구를 통해 성숙한 인간에 대한 이해로 심리학에 지대한 영향을 미친 매슬로우의 ‘자기실현적 인간’ 개념을 중심으로 살펴 볼 것이다.

#### 1. 올포트의 건강한 성격으로서의 ‘성숙한 인격’에 관한 이해

올포트(Gordon Willard Allport, 1897-1967)는 휴머니즘의 영향력을 자신의 심리학에 적용했던 인본주의 심리학자로서 프로이트의 정신분석을 세 가지 측면에서 비판하였다. 첫째, 올포트는 무의식의 힘이 정상적이며, 성숙한 성인의 성격을 지배한다는 프로이트의 입장을 수용하지 않았다. 그 대신에 정서적으로 건강한 사람은 합리적이며, 의식적으로 기능하며, 그를 동기화시키는 힘을 자각하고 통제한다는 점을 제안했다. 그러면서 무의식은 신경증이나 혼란스러운 행동에만 단지 중요하게 기능한다고 그 범위를 한정하여 이해했다. 둘째, 올포트는 현재를 결정하는데 과거의 중요성을 강조하는 정신분석의 결정론적인 입장에 동의하지 않았다. 오히려 올포트는 인간은 아동기의 갈등과 과거경험에 매여 있는 존재가 아니라 건강한 성격을 지닌 사람들은 미래지향적이라고 보았다. 셋째, 프로이트가 신경증 환자들을 대상으로 했던 것처럼 심리적 문제를 갖고 있는 피험자들로부터의 자료를 수집하는 것에 반대했다. 프로이트가 정상 성격과 비정상 성격간의 차이를 정도의 차이라고 제안한 반면에, 올포트는 두 성격의 구분이 분명하다고 보았다.<sup>28)</sup>

이런 과정에서 올포트는 성숙하고 정서적으로 건강한 성인의 성격을 연구하였으며, 그 결과 사람이 지향해야 할 인간상으로 성숙한 인격(mature personality)의 특성을 제시한바 있다. 그는 미숙하고 부적응적인 삶의 심리적 근원인 신경증적인 성향을 극복한 성숙한 인격의 특징을 7가지 측면에서 제시했다. 논의를 위해 간략히 정리하면 다음과 같다. 첫째, 성숙한 인간은 확장된 자아감을 지닌 존재이다. 자아는 발달단계상 초기에 개인 자신에 초점이 맞추어진다. 그러나 자아가 점차 발달되어감에 따라 자아의 영역이 확대된다. 이런 측면에서 성숙한 인격의 소유자들은 자신이 관여하는 일에 완전한 참여자가 된다. 성숙한 인격의 소유자들은 다양한 의미 있는 일에 관심과 참여를 통해 자신을 확장한다. 이러한 참여의식은 직업, 가족, 친구, 취미, 정치, 종교적인 참여등과 같이 다양하게 적용된다. 둘째, 올포

28) Schultz, D., Schultz, S. E. *Theories of Personality*, (6th ed.)California: Brooks/Cole Publishing Company, 1998, p. 230; 노안영 · 강영신, 『성격심리학』, 서울: 학지사, 2002, p. 240.

트에 의하면, 성숙한 사람은 다양한 사람들과 우호적인 관계를 맺는데, 그 우호적인 관계는 친밀감과 연민의 두 요소로 나타난다. 올포트에 의하면, 성숙한 인격의 소유자는 가족, 친구에게 친밀감과 사랑을 표현할 줄 알며, 사랑과 행복에 적극 참여한다. 여기에서 연민은 인간에 대한 깊은 이해와 인간에 대한 관용의식을 의미한다. 셋째, 성숙한 인격의 소유자는 정서적으로 안정되어 있는데, 이러한 정서적 안정감은 자기 수용에서 기인한다고 보았다. 자기수용은 자신의 부정적 약점이나 실패 등을 포함한 자기 존재의 모든 면을 있는 그대로 받아들이는 것을 의미한다. 넷째, 성숙한 인격의 소유자는 현실적인 지각을 함으로써, 세계를 객관적으로 판단할 줄 안다. 신경증적인 사람들이 자신의 두려움으로 외부세계에 투사함으로써 왜곡하는 경향이 있다면, 성숙한 사람은 현실을 그대로 지각하고 받아들임으로서 정확하게 판단하고 미래를 예측할 수 있다고 보았다. 다섯째, 성숙한 인격의 소유자는 이루어야 할 목표의식이 있으며, 그 목표달성을 위해서 헌신한다. 그래서 일에 책임감을 가지며, 그 일로부터 인생의 의미를 느끼며, 거기로부터 긍정적이며, 건강한 삶을 경험한다고 보았다. 여섯 번째, 성숙한 인격의 소유자는 자기를 객관화하는 능력이 있어 자신을 정확하게 볼 수 있는 통찰력을 지니고 있다. 더불어 타인에 대해서는 개방적이며, 타인이 자신에 대하여 어떤 인식을 갖고 있는지에 대해 깊은 이해를 지니고 있다고 보았다. 일곱 번째, 성숙한 인격의 소유자는 일관성 있는 삶의 철학을 지니는데, 삶의 철학을 통해서 그들의 인생의 목적과 행동의 일관성이 나타난다고 보았다.<sup>29)</sup>

이런 측면에서 올포트는 ‘기능자율성’의 개념을 설명하였는데, 이는 성숙하고 정서적으로 건강한 성인의 동기는 그러한 동기가 나타났던 과거 경험에 기능적으로 관련이 없다는 것이다. 즉 성인의 동기는 아동기의 경험과 독립적이라고 보았으며, 이는 마치 인간이 성숙하면, 부모로부터 독립하는 것과 같은 이치라고 보았다. 즉, 우리가 부모와 여전히 관계하지만, 우리는 기능적으로 부모에게 더 이상 의존적이지 않고 부모는 더 이상 우리의 삶을 통제하거나 인도하지 않는다는 것이다.<sup>30)</sup>

비스코프(L. J. Bischof)는 올포트의 자아의 이해를 다음과 같이 3가지 차원에서 정리한 바 있다. 첫째, 자아는 결단코 성격의 전부를 의미하지 않으며, 둘째, 인간은 항상 누구든지 어느 정도의 자아 관련적인 활동을 하며, 셋째, 개인이 자아에 대해 생각할 때마다, 자아는 현재에 작용하고 있으며, 미래에 연결되어 있다.<sup>31)</sup> 이상에서 볼 때 올포트가 이해하는 성숙한 인격의 소유자는 합리적이고, 의식적이며, 적절한 특질을 발휘하는 사람이라는 점을 알 수 있다. 특히 올포트는 프로이트식의 자아개념을 비판하였다. 즉, 올포트는 인간행동을 타고난 본능, 아동기 경험 혹은 억압된 콤플렉스의 탓으로 돌리는 환원주의적 이론을 거부하면서, 자아 자체 내부에 막강한 긍정적 힘을 지닌 역동적 과정이 존재한다는 점을 강조했다. 프로이트의 개념에서 자아는 원초아와 초자아의 두 마리의 말을 잘 조정하는 마부와 같은 개념이라면, 올포트는 자아가 인간의 모든 습관, 특질, 태도, 감정, 경향성 등을 통합하는 힘이라고 보았다.<sup>32)</sup>

29) 올포트의 ‘성숙한 인격의 소유자’에 관한 보다 구체적인 논의는 Allport, Gordon. *Becoming: Basic Considerations for a Psychology of Personality*, New Haven: Yale University Press, 1955; Allport, Gordon. *Pattern and Growth in Personality*, New York: Holt, Rinehart & Winston, 1961 참조하시오.

30) 노안영 · 강영신, 『성격심리학』, 서울: 학지사, 2002, p. 249

31) Bischof, *Interpreting Personality Theories*, (2nd ed.) New York: Harper & Row, 1970, p. 302.

32) 노안영 · 강영신, *op. cit.*, pp. 244-245

## 2. 매슬로우의 성숙한 인간으로서의 ‘자기실현적 인간’에 관한 이해

매슬로우(Abraham Maslow, 1908-1970)역시 인본주의 심리학의 대표적인 한사람으로서, 자아실현을 강조하였다. 매슬로우의 이론은 환자를 대상으로 한 임상적 면담이나 사례 연구에서 비롯되지 않고 그가 판단하기에 가장 건강한 사람들의 연구를 바탕으로 형성되었다. 매슬로우는 심리학이 인간의 병리적인 측면보다는 인간의 건강한 특성에 더 많은 관심을 가져야 한다고 주장했다. 왜냐하면 인간의 건강한 면을 이해할 때 비로소 병리적인 면을 이해할 수 있다고 보았기 때문이다. 이런 측면에서 매슬로우는 ‘성숙한 인격’을 연구한 대표적인 학자중의 한사람이기도 하다. 그는 창조적 업적과 인격적 성숙을 통한 자아실현을 이론 위인들의 삶을 구체적으로 분석했다. 그는 인간 성숙의 주요한 요소로서 ‘자기실현’으로 보고, 성숙한 인격의 특징인 ‘자기실현적 인간(self-actualizing person)’이라는 용어를 사용하였다.

매슬로우에 의하면, 모든 인간은 자신의 잠재력을 발달, 성장시키고, 완성시킬 수 있는 본능적 욕구를 가지고 태어난다고 보았다. 이런 측면에서 매슬로우는 인간이 균형을 유지하거나 좌절을 회피하는 것에만 관심이 있다기보다는 성장에 더 많은 관심이 있다고 생각했다. 그는 인간을 거의 항상 뭔가를 갈망하는 “소망을 갖는 동물”로 묘사하였다. 매슬로우에 의하면, 성숙한 사람인 ‘자기실현적 인간’의 10가지 공통점이 있는데, 그것을 간략히 정리하면 다음과 같다. 첫째, 성숙한 사람의 특징으로, 현실의 효율적 지각을 들 수 있는데, 이는 현실에 대한 객관적 지각능력과 판단능력을 지니고 있다는 점이다. 성숙한 사람은 세계를 있는 그대로 인식하며, 선입관에 따라 상황을 파악하지 않는다는 것이다. 즉 자신뿐만 아니라 타인을 왜곡하지 않고 있는 그대로의 현실을 본다는 의미이다. 둘째, 성숙한 사람은 자신, 타인, 자연의 수용능력이 있는데, 이는 자신이나 타인의 장점뿐만 아니라 약점이나 결함을 불평 없이 받아들이는 특성을 말한다. 이는 성숙한 사람은 인간의 본성을 있는 그대로 받아들인다는 의미이다. 셋째, 성숙한 사람의 특징으로, 자발성, 단순성, 자연성을 들 수 있는데, 성숙한 사람은 자신을 위장하지 않고 가식 없이 자연스럽게 표현한다. 그러면서도 자신의 솔직한 감정표현이 타인에게 상처가 되지 않도록 주의를 기울인다. 넷째, 성숙한 사람의 특징으로 민주적인 성격구조를 들 수 있는데, 이들은 인종적, 종교적, 정치적, 학연과 지연, 사회계층이나 교육수준 등의 사회적 편견을 갖지 않는다. 즉 이는 모든 타인에게 수용적이며, 차별 없이 대한다는 의미이다. 다섯째, 깊은 대인관계를 들 수 있는데, 성숙한 사람은 타인과의 건강한 인간적 유대관계를 형성할 수 있는 능력을 가지고 있다. 이들은 타인에 대해 관심을 기울이는데, 이는 자신뿐만 아니라 타인의 성장을 함께 추구하는 것으로서, 단순한 결핍동기<sup>33)</sup>보다는 성장동기<sup>34)</sup>에 그 뿌리를 두고 있다고 볼 수 있다. 여섯째, 성숙한 사람들은 사회적 관심을 기울이는 특징이 있다. 이들은 타인에 대하여 적개심과 공격성을 보이기보다는 이해하는 마음으로 공감하며 타인을 자신의 형제처럼 대한다. 일곱째, 성숙한 사람은 자신 외의 문제에 초점을 맞추며 자신이 하는 일에 애정과 책임감을 갖는다. 그 결과 성숙한 사람은 사명감을 갖고 일하기 때문에 그렇지 않는 사람에 비해 자신이 하는 일에 대하여 성실히 일하게 된다. 여덟째, 성숙한 사람은 독립성과 자율성에 대한 강한 욕구가 있다. 그 결과 사적인 자유를 만끽할 줄 아나, 고독에 압도되거나 타인에게 의존하지도 않

33) 결핍동기는 유기체가 어떤 부족한 것을 채우려는 욕구를 말하며, 예를 들면, 불만족 때문에 현재의 상태를 변화시키려는 욕구를 말한다.

34) 성장동기는 유기체가 현재 상태에서 행복감과 만족을 느끼면서 긍정적으로 더 가치 있는 목표를 추구하는 것을 말한다.

는다. 즉, 이들은 스스로 결정할 수 있는 건강한 능력이 있으나, 독단적이지 않다. 아홉째, 성숙한 사람은 창의적이며 독창적인 성격구조를 갖는다. 여기에서 창의적이고 독창적이라는 의미는 예술적 창조 작업을 의미하는 것은 아니다. 오히려 자신이 하는 활동에 대해 자발적이며, 실수를 두려워하지 않는다는 의미이며, 또한 적응력이 있다는 뜻이다. 마지막으로, 성숙한 사람은 신비 혹은 절정경험(peak experience)을 체험하며, 그 경험을 자신의 삶속에서 즐거움과 경이로움으로 받아들인다. 자아 실현을 한 성숙한 사람들은 인생의 여러 가지 과정에서 때때로 종교적 경험과 비슷한 강렬하고 저항 할 수 없는 황홀경과 경외감을 경험하게 된다. 매슬로우는 이러한 경험을 절정경험이라고 보았다. 이러한 경험을 한 사람들은 새로운 체험에 대해 열린 자세를 지닌다. 자연에 대해서, 사람에 대해서, 예술과 문학에 대해서, 학문과 진리에 대해서 즐거움과 아름다움을 느낄 수 있는 감상능력이 있다. 따라서 그들은 삶의 경험에 대해 싫증을 내거나 지루해하지 않는다. 삶속에서 소유하고 경험하는 것에 대해 감사할 줄 안다.<sup>35)</sup>

매슬로우는 동기의 단계로서 욕구위계를 제안하였다.<sup>36)</sup> 실제로 욕구 위계에 따라 인간은 하나의 욕구가 충족되면, 곧이어 다른 욕구가 발생하는데, 그것을 충족시키려고 한다는 것이다. 동기가 어떻게 위계적으로 조직되는가에 관한 체계적인 분석과 성숙한 인격에 대한 기술을 바탕으로 인간의 자아실현의 심리적 중요성을 강조한 점은 매슬로우는 공헌점이라 할 수 있다.

또한 매슬로우는 모든 개인은 태어나는 순간부터 성장가치를 갖고 태어난다고 보았다. 매슬로우는 의하면 가장 높은 가치는 인간성 그 자체 내에 존재하며 발견되는 것으로 이해했다. 이것은 가장 높은 가치가 단순히 초자연적인 신(神) 혹은 인간성 외의 다른 원천에서 비롯되었다는 관습적인 신념과는 매우 대립되는 것이라고 보았다.<sup>37)</sup> 물론 이러한 측면은 인간의 긍정적 성품을 강조했다는 긍정적 측면도 있겠지만, 그 이면에 종교적 배경을 갖는 상담학 영역에서는 논의의 대상이 될 것이다.

#### IV. 성숙에 관한 기독교상담심리학적 이해

앞에서 연구자는 인본주의 심리학자 윌포트의 ‘성숙한 인격’의 개념과 매슬로우는 ‘자기 실현적 인간’의 개념의 이해를 통해 성숙에 관하여 살펴보았다. 여기에서는 성숙에 관한 성서적 측면을 살펴보고, 기독교상담심리학적 측면에서 간략히 평가하고자 한다.

##### 1. 성숙에 대한 성서적 관점

연구자는 성숙에 대한 기독교상담심리학적 측면을 제시하기 전에 먼저, 성숙에 대한 성서적 전통에서 간략히 고찰해 보고자 한다. 이를 위해 먼저 인간의 존재에 관하여 살펴보는

35) 권석만, 『인간관계의 심리학』, 서울: 학지사, 2004, p. 446.

36) 매슬로우는 인간의 행동을 활성화시키고 움직이는 다섯 가지의 타고난 욕구가 있다고 제안했다. 이러한 인간의 선천적 욕구로는 가장 강력한 생리적 욕구(physiological needs), 공포와 불안으로부터 안전, 안정성을 추구하는 안전 욕구(safety needs), 다른 사람과 친밀한 관계와 사랑을 주고받고자 하는 소속감과 사랑 욕구(belonging and love needs), 자신으로부터의 존중과 타인으로부터의 존경을 필요로 하는 존중 욕구(estem needs), 자신의 모든 잠재력과 능력을 인식하고 충족시키고자 하는 자아실현 욕구(self-actualization needs)가 있다.

37) Maslow, *Toward a Psychology of Being*(2nd ed.), New York: Van Nostrand, 1968, p. 170.

것은 중요하다. 성서는 인간은 결핍이 있을 수 없는 하나님의 자녀이며<sup>38)</sup>, 또한 인간의 영은 하나님의 형상대로 지음 받았음<sup>39)</sup> 을 말하고 있다. 그렇기 때문에 앞에서 인간의 긍정적 성품에 관하여 강조했던 정신분석가들과 인본주의 심리학자들의 연구에 앞서, 성서에 의하면 인간은 엄청난 가능성과 잠재력을 가지고 있다고 말하고 있다.<sup>40)</sup>

이러한 이해를 위한 기초로서, 신약성서의 복음서에는 인간의 존재와 성숙과 관련된 많은 비유들이 등장한다. 예를 들면, 누룩의 비유(마태복음 13장 13절), 겨자씨 비유(마태복음 13장 31절, 마가복음 4장 31절, 누가복음 13장 19절), 씨 뿌리는 자의 비유(마태복음 13장 3절, 마가복음 4장 3절, 누가복음 8장 5절), 달란트 비유(마태복음 25장 14-15절) 등이 여기에 해당한다고 볼 수 있다. 그 비유들 가운데 많은 것은 하나님의 나라에 관한 비유이지만, 동시에 이는 심리학적 측면에서 볼 때 각각의 비유는 인간의 심리의 세계를 반영한다고도 볼 수 있다. 문제는 성서가 인간존재와 성숙의 잠재력에 대하여 긍정적인 입장을 취한다 할지라도, 다른 한편으로는 타락한 인간의 한계를 분명하게 의식해야하는 당위적 시각도 지니고 있음을 인식해야 한다. 왜냐하면, 인간은 자신들이 갖는 지나친 낙관주의적인 태도로 인해 궁극적 실재를 망각할 수 있기 때문이다.

기독교상담자이자 성장상담의 모델을 제시한 클라인벨(Howard Clinebell)은 이 점을 잘 지적하였다. 클라인벨은 로저스의 내담자중심 상담방법이 기독교상담 문헌을 오랫동안 지배해왔다고 비판했다.<sup>41)</sup> 이 비판은 로저스와 같은 인본주의적 상담이론 이전의 시대로 돌아가자는 의미가 아니라, 관계중심적 상담을 통하여 내담자들의 내재된 능력을 증진, 강화시키려는 의도였다. 클라인벨은 1960년대 후반부터 성장상담(growth counseling)이론과 모델을 개발하면서 그동안 기독교상담학적 방법론에 있어서 영향력을 끼쳐온 정신분석적 모델들과 심리학의 모델들이 지나치게 과거와 병리적인 측면에 집중되어 있다는 점을 비판하면서, 현재, 긍정적 성품에 초점을 맞추어 성장을 촉진하는 것이 중요하다고 보았다.<sup>42)</sup>

성장상담은 인생의 각 단계에서 경험할 수 있는 일생동안의 지속적인 발달모델이다. 그가 성장이라고 표현하는 단어의 의미는 개인이 가진 잠재력을 활성화 시켜서, 인간의 온전성(wholeness)이 이루어지는 방향으로 나아가는 모든 변화의 과정을 의미한다. 그가 성장이라는 단어를 사용할 때는, 어떤 고정된 목표의 도달이라기보다는 지속적인 성장의 여정을 의미했다. 그런 이유 때문에, 개인이 성장해 나가는 과정을 잠재력개발(potentializing)이라고 표현했다. 인간의 잠재력이 지속적으로 활동함으로 끊임없이 앞으로 나아가는 과정을 설명한 것이다. 이러한 지속적인 성장의 과정을 위한 성장상담의 목적은 자신의 잠재력을 발견하지 못하고 능력을 허비하는 사람들에게 변화하고 성장할 수 있는 잠재력을 가지고 있다는 희망을 일깨워주고, 그 희망을 실현하도록 돕는데 있다.<sup>43)</sup>

38) 성령이 친히 우리 영으로 더불어 우리가 하나님의 자녀인 것을 증거하시나니(로마서 8장 16절).

39) 하나님이 자기 형상 곧 하나님의 형상대로 사람을 창조하시되 남자와 여자를 창조하시고(창세기 1장 27절)

40) 피조물의 고대하는 바는 하나님의 아들들이 나타나는 것이니(로마서 8장 19절); 만일 하나님이 우리를 위하시면 누가 우리를 대적하리요. 자기 아들을 아끼지 아니하시고 우리 모든 사람을 위하여 내어주신 이가 어찌 그 아들과 함께 모든 것을 우리에게 은사로 주지 아니하시겠느냐. 누가 능히 하나님의 택하신 자들을 송사하리요. 의롭다 하신 이는 하나님이시니(로마서 8장 31-33절)

41) Holifield, E. Brooks. *A History of Pastoral Care in America: From Salvation to Self-Realization*. Nashville: Abingdon Press, 1983, p. 320.

42) Clinebell, 『성장상담: 온전한 인간 실현을 위한 희망중심적 방법들』 이종현 역, 서울: 한국신학연구소, 1988; 『성장상담을 통한 부부성장과정』 이종현 역, 서울: 대한기독교서회, 1990; 『중년부부를 위한 성장상담』, 이종현 역, 서울: 대한기독교서회, 1990; 『현대성장상담요법』, 이종현 역, 서울: 한국장로교출판사, 1998 참조하시오.

클라인벨의 성장상담에서도 잘 나타나고, 앞서 에릭슨의 근원적인 힘으로서의 희망에 대해 살펴본대로 인간의 성숙에 관한 논의에서 잠재적인 인간의 힘과 그것을 끊임없이 개발하려고 하는 ‘희망’은 중요하다고 볼 수 있다. 다음에 이어지는 여백에서는 희망이 어떻게 인간의 성숙을 돕는지 기독교상담적 측면에서 살펴 볼 것이다.

## 2. 긍정적인 자기변화의 성숙을 위한 ‘희망’

인간은 어떻게 긍정적인 자기변화의 성숙을 꾀할 수 있는가? 라는 질문은 인간의 긍정적 성품으로의 변화가 어떻게 이루어지는가와 관련된 문제라고 볼 수 있다. 긍정적인 자기변화의 성숙을 가능케 하는 것은 무엇인가? 다양한 요인이 있겠으나, 앞서 클라인벨이 지적한대로 사람들에게 변화하고 성장할 수 있는 잠재력이 있다는 희망을 일깨워주고 그 희망을 실현하는 것이다.

여기에서는 자기변화의 성숙을 가능케 하는 ‘희망’에 한정하여 기독교상담심리학적 입장에서 다루고자 한다. 정신분석적 측면에서 자신의 상담이론을 전개하고 있는 기독교상담학자 캡스(Donald Capps)는 에릭슨이 지적한 8가지의 기본적인 인간특성 중에서도 희망이 첫 번째 생애 주기 단계와 관계함으로써 이 8가지 안에 포함되어 있고, 상대적인 우위에 놓여있다는 점을 강조한다.<sup>44)</sup> 이는 힘들이 이전의 힘들에 의거해서 형성된다는 점에서, 희망은 다른 모든 힘들을 위한 기초가 된다는 의미이다. 그러면서 캡스는 에릭슨이 결국 바울 사도가 숙고했던 사랑은 희망(hope, 소망)이나 신앙(faith, 믿음)보다 더 위대하다는 것을 잘 알고 있었기 때문에 규범적인 의미에서 희망이 가장 중요하다고 주장하지 않았다고 보았다. 그러나 캡스는 에릭슨이 발달상의 측면에서 희망이 가장 중요하다고 보았던 점을 지적했다. 왜냐하면, 8가지의 기본적인 인간특성은 희망에 의존하기 때문이라고 보았다. 왜냐하면, 희망은 살아있는 상태에 내재한 가장 초기의 덕일 뿐만 아니라 가장 필요불가결한 없어서는 안 될 덕이기 때문이다.<sup>45)</sup> 그래서 캡스는 만약 삶의 희망적 성향(a hopeful orientation to life)이 발달하는데 실패한다면, 그것 때문에 그 후의 모든 힘들은—사랑도 포함하여—감소된다고 보았다.<sup>46)</sup> 에릭슨은 희망을 “존재의 시작에 흠집을 남기는 어두운 몰아침과 분노에도 불구하고 간절한 소망들에 도달할 수 있는 능력에 대한 견딤의 믿음(enduring belief)”으로서 특징짓는다. 희망은 견딤의 믿음이라는 그의 관점은 우리가 이 힘(희망)이 나타나는 생애단계의 범위를 넘어서기 시작하면서 사라지는 것이 아니라, 삶을 통한 우리의 발달에 계속해서 영향을 준다는 점을 시사한다. 더 나아가, 희망이 “존재의 시작에 흠집을 남기는 어두운 몰아침과 분노에도 불구하고” 견뎌낸다는 에릭슨의 제안은, 희망은 희망과 함께 공존하며 견딤의 생활태도로 발달 할 수 있는 다른 견해들과 감정들에 의해 위협받는다고 지적하고 있다. 이런 “어두운 몰아침과 분노”가 희망과 함께 동일 선상에 있기 때문에, 우리는 인생가운데 희망이 위협에 처하지 않을 때가 있다고 말할 수 없다. 그래서 에릭슨은 희망으로 가득차기 위한 유일한 조건은 유토피아에서만 가능하다고 보았다.<sup>47)</sup>

43) 한국목회상담학회편, 『현대목회상담학자 연구』, 서울: 돌봄, 2012, p. 134.

44) Capps, 『희망의 대리인』, 안석 외 역, 서울: 도서출판 인간회극, 2011, pp. 56.

45) Erikson, “Human Strength and the Cycle of Generations”, *Insights and Responsibility*, (New York: W. W. Norton), 1964, p. 115; Capps, 『희망의 대리인』, 안석 외 역, 서울: 도서출판 인간회극, 2011, p. 56.

46) Capps, 『희망의 대리인』, 안석 외 역, 서울: 도서출판 인간회극, 2011, p. 57.

47) Erikson, “Human Strength and the Cycle of Generations”, *Insights and Responsibility*, (New York:

그러면 과연 무엇이 에릭슨으로 하여금 희망을 생애초기 단계에 위치하도록 영감을 주었을까? 테레스 베네덱(Therese Benedek)은 가장 초기의 긍정적 태도(the earliest positive attitude)를 “자신감(confidence)”로 불렀으며, 에릭슨은 그것을 “신뢰(trust)”라 했다. 그러나 “자신감이 상처받고, 신뢰가 손상되는 삶조차도 지탱시키는 것은 과연 무엇인가?” 에릭슨은 그것을 희망으로 이해했다. 이런 측면에서 캡스는 희망은 우리가 신뢰를 위한 객관적인 기반 없이도 살아남기 때문에, 희망은 틀림없이 가장 기본적인 힘이라고 보았다.<sup>48)</sup> 그러므로 우리의 신뢰가 불신을 일으키는 경험에 의해 끊임없이 부정된다는 사실 때문에 희망은 인생을 지탱하는 기본적인 힘으로서 바라보는 기초가 된다.

희망을 인생의 변화와 성숙의 특성으로 바라볼 수 있는 또 다른 근거는 무엇인가? 에릭슨은 그 이유를 희망이 성숙된 희망의 구조안에 모든 자아적 특성들의 가장 순수한 것이라고 제시하는 무언가가 있기 때문이라고 보았다. 그것은 정신분석학자들이 첫 번째 사랑의 대상(first love-object), 즉 돌보는 사람을 우리의 신체적, 감정적 필요를 기대할 수 있는 방식으로 주고받는 일관적 존재(coherent being)라고 말하는데 비해, 유전(genetic)심리학자들에게 있어서 이것은 사물세계의 견딤의 특성(the enduring quality of the thing world)을 뜻한다.<sup>49)</sup> “사물세계”와 “일관적 존재”에 관해 에릭슨은 희망의 검증자(verifier of hope)로서 “일관적 존재”에 특히 중점을 둔다. 그것은 “돌보는 사람”이 인격의 세계뿐만 아니라 사물의 세계의 최초의 검증자이기 때문이다. 이런 측면에서 에릭슨은 “갓난아기에게 어머니는 자연이다”라고 이해한다. 그러므로 에릭슨은 희망의 기초로서 돌보는 사람의 독특한 역할을 강조한다. 인간의 성숙을 위해 긍정적 성품을 이야기한다 할지라도 기독교상담의 돌봄이 필요한 이유가 여기에 있다.

에릭슨은 돌보는 사람의 측면에서 인격과 사물세계의 견딤의 특성을 검증하는데는 마술적이거나 신비적이기보다는 오히려 돌보는 사람들이 갓난아기를 위해 습관적으로 하는 행동으로부터 기인한다고 보았다. 즉 따뜻하고 평온한 싸개를 받아들임과 접촉함을 위한 갓난아기의 필요에 응답하고, 섭취하기에 만족스럽고 소화하기 쉬운 음식을 마련하며, 규칙적으로 너무 이르거나 늦거나 하는 식의 경험을 예방하는 것이라고 보았다. 이런 응답들을 통하여, 어머니는 희망들을 만나고 내재적으로 희망에 가득 차도록 보답되는 “섭리에 관해 납득이 가는 양식 패턴”을 제공한다고 보았다.<sup>50)</sup>

따라서 우리 자신의 견딤의 본질에 관한 감각은 모성적 환경과의 초기 만남들 가운데 나타난다고 볼 수 있다. 이는 정체성 즉 나 됨(I-ness)의 인식을 가진 우리 자신에 대한 우리의 이해가 희망을 일으키고 검증하는 동일한 경험들 속에 뿌리박혀 있다는 것을 의미한다. 갓난아기와 모성적 환경이 서로에게 희망을 표현하고 제공하는 이러한 경험들 안에서 갓난아기는 사물과 다른 존재들에 관한 견딤의 특성뿐만 아니라 자기 자신의 견딤의 본질에 관한 감각을 얻는다.<sup>51)</sup>

W. W. Norton), 1964, p. 118; Capps, 『희망의 대리인』, 안석 외 역, 서울: 도서출판 인간회극, 2011, p. 57.

48) Capps, 『희망의 대리인』, 안석 외 역, 서울: 도서출판 인간회극, 2011, p. 57.

49) Erikson, “Human Strength and the Cycle of Generations”, *Insights and Responsibility*, (New York: W. W. Norton), 1964, pp. 116-117; Capps, 『희망의 대리인』, 안석 외 역, 서울: 도서출판 인간회극, 2011, pp. 58-59.

50) Erikson, “Human Strength and the Cycle of Generations”, *Insights and Responsibility*, (New York: W. W. Norton), 1964, p. 116; Capps, 『희망의 대리인』, 안석 외 역, 서울: 도서출판 인간회극, 2011, p. 59.

#### IV. 나가는 말

지금까지 우리는 정신분석적 관점에서 성숙한 인간상에 대하여 다양한 측면에서 살펴보았다. 프로이트의 성숙한 인간상으로서의 욕망의 절제로서의 ‘자기조절’,フロムの 성숙한 인간상으로서의 ‘생산적 인간(productive person)’, 에릭슨의 인간의 근원적 힘으로서의 ‘덕’에 대해 살펴보았다. 그 후에 인본주의 심리학적 관점에서 올프트의 건강한 성격으로서의 ‘성숙한 인격’, 매슬로우의 성숙한 인간으로서의 ‘자기실현적 인간’에 관한 살펴보았다. 그 후에 기독교상담적 측면에서 성숙에 대한 성서적 관점, 긍정적인 자기변화의 성숙을 위한 ‘희망’에 대해 살펴보았다. 특히 우리는 성숙에 관한 심리학을 기독교 전통에서 고찰하면서 성숙의 의미가 성서적 전통에 깊이 뿌리내리고 있음을 확인하였으며, 개인의 성숙을 위해 지속적으로 신앙 안에서 돌보는 자와의 관계 안에서 희망함이 절대적으로 필요하다고 보았다.

이런 측면에서 볼 때 분명 종교는 정신건강에 도움이 되며, 주관적 안녕에 영향을 미치는 것으로 알려졌다. 종교는 개인적으로 삶의 의미를 제공하고, 생활 속의 위기대처에 도움이 될 뿐만 아니라 사회적으로는 집단적 정체감을 느끼고 비슷한 가치와 태도를 지닌 사람들과의 사회적 지지체계를 형성하게 해 준다. 종교는 특히 사회적 지지가 부족한 사람에게 커다란 도움이 된다. 그러나 종교는 죄책감과 같은 부정적 영향을 미치기도 한다.<sup>52)</sup>

앞에서 연구자는 성숙에 관한 정신분석, 인본주의 심리학, 기독교상담학적 논의를 통해 인간 안에 있는 긍정적 성품에 주목하면서 상담과정에서 내담자가 이미 내적으로 소유하고 있는 성장 가능성을 촉진해주는 방식으로 발전시켜 나가야 한다고 동의해 왔다. 그렇다면, 앞서 연구자가 제시한 인간의 긍정적인 성품에 관한 연구는 인본주의 심리학자들이 강조해 왔던 인간의 기본적인 성장욕구, 인간의 잠재력 그리고 자기실현의 무한한 가능성에 대한 범위에 한정되어 있는가라는 질문을 제기하지 않을 수 없다.

앞에서 살펴 본대로, 성숙한 인간은 자신이 지닌 심리적 욕구를 창조적이고 생산적으로 충족시킬 줄 안다. 생산적 인간은 타인과 세상을 사랑하며 창조하는 삶을 살아간다. 또 그들은 이성의 힘이 매우 발달하여 세계와 자신을 객관적으로 지각하며 확고한 정체감을 소유하고 있다. 더 나아가 세계와 의미 있는 관계를 맺어 그 안에 뿌리를 내리고 안정된 삶을 살아간다. 성숙한 사람은 자신의 삶을 다른 어떤 것에 예측시키기 보다는 자기의 삶을 주체적으로 개척하고 형성해 간다.<sup>53)</sup> 인간의 긍정적 성품을 연구하고 그것을 촉진하는 이유가 분명 여기에 있다.

그러나 인간본성의 긍정적 성품을 기독교상담심리적 측면에서 살펴본다는 것은 어떤 의미가 있는가? 본 연구자는 인본주의 심리학자들이 갖고 있었던 인간 본성에 대한 순진한 관점은 그대로 받아들이기 쉽지 않다. 왜냐하면 인본주의 심리학자들이나 긍정심리학자들은 인간본성이나 긍정적 성품, 성장 가능성에 대해 지나치게 낙관적인 견해를 가지고 있었기 때문이다. 실제의 임상현장에서는 상담자가 아무리 낙관적인 입장에서 성장을 촉진한다 하더라도, 그 성장에 필요한 최소한의 심리적 에너지, 능력조차 남아있지 않은 내담자들을 경험하기 때문이다.

51) Capps, 『희망의 대리인』, 안석 외 역, 서울: 도서출판 인간회국, 2011, p. 60.

52) 권석만, 『인간관계의 심리학』, 서울: 학지사, 2004, p. 433.

53) 권석만, *Ibid.*, p. 442.

그럼에도 불구하고 오늘날 우리는 싫든 좋든 인간의 긍정적 성품을 연구하고 인간의 변화를 기대하는 인본주의 심리학이나 긍정심리학의 도전 앞에 서있다. 그리고 많은 영역에서 이들 심리학은 인간의 성숙에 관한 심오한 연구들을 제시하고 있다. 물론 이들은 기독교나 영적인 뿌리를 주장하지 않는 세속적인 변화이다.

그러나 한편, 비록 긍정심리학의 저변에 인본주의나 포스트모더니 강하게 흐르고 있지만, 많은 부분이 기독교적 사고에 동조하고 있는 것도 사실이다. 용서를 한 예로 들어보자. 긍정심리학이 나오기 전에는 죄책감과 고통이 종종 상담자들의 초점이었지만, 오늘날에는 진실한 감사, 용서하는 것, 그리고 다른 사람들로 부터 용서를 받아들이는 것의 유익을 강조한다. 우울은 언제나 상담자들의 주요 관심사였다. 그러나 행복과 낙관주의에도 초점을 맞추는 새로운 변화가 일어났다. 긍정심리학에서 말하는 친절, 사랑, 자기통제, 용기 그리고 희망은 갈라디아서 5장 22-23절에 열거된 성령의 열매와 흡사하다. 긍정심리학은 건설적인 인간 특성들로서 이러한 것들을 연구할 것이다. 그러나 기독교상담자들은 지속적이고 긍정적인 변화는 성령의 능력과 인도를 통하여 온다는 것을 알고 있기에 조금은 다른 방식으로 다를 것이다. 이러한 상황에서 긍정심리학은 상담과 심리학의 물결들 중에서 신선한 파도처럼 보인다. 이 움직임 뒤에 하나님이 계신가? 이것이 기독교상담자들이 타야할 물결인가?<sup>54)</sup> 라는 문제가 여전히 남는다.

## 참고문헌

- Allport, Gordon. *Becoming: Basic Considerations for a Psychology of Personality*, New Haven: Yale University Press, 1955.
- Allport, Gordon. *Pattern and Growth in Personality*, New York: Holt, Rinehart & Winston, 1961.
- Bischof, L. J. *Interpreting Personality Theories*, (2nd ed.) New York: Harper & Row, 1970.
- Capps, Donald. 『희망의 대리인』, 안석 외 역, 도서출판 인간희극, 2011.
- Collins, Gary. 『뉴 크리스천 카운슬링』, 한국기독교상담심리치료학회 역, 서울: 두란노, 2008.
- Erikson, Erik. *Identity and the Life Cycle*, New York: Norton, 1980.
- Freud, Sigmund. 『문명속의 불만』, 김석희 역, 서울: 열린책들, 1997.
- Fromm, Erich. *Escape from Freedom*, New York: Holt, Rinehart & Winston, 1941.
- Fromm, Erich. *Man for Himself*, New York: Holt, Rinehart & Winston, 1947.
- Fromm, Erich. *The Sane Society*, New York: Holt, Rinehart & Winston, 1955.
- Holifield, E. Brooks. *A History of Pastoral Care in America: From Salvation to Self-Realization*. Nashville: Abingdon Press, 1983.
- Maslow, Abraham. *Toward a Psychology of Being*(2nd ed.), New York: Van Nostrand, 1968.
- Myers, S., & Diener, E. "Who is happy?", *Psychological Science*, vol. 6, 1995, pp. 10-19.
- Schultz, D., Schultz, S. E. *Theories of Personality*, (6th ed.)California: Brooks/Cole Publishing Company, 1998.

54) Collins, 『뉴 크리스천 카운슬링』, 한국기독교상담심리치료학회 역, 서울: 두란노, 2008, p. 934.

- Seligman, M. E. P. "The president's address", *American Psychologist*, vol. 54, 1999, pp. 559-562.
- Sheldon, K. M., & King, L. "Why positive psychology is necessary", *American Psychologist*, vol. 56, 2001, pp. 216-217.
- Spiegel, "Reflections on our Heritage from Erich Fromm", *Contemporary Psychoanalysis*, Vol. 30, 1994. pp. 419-424.
- 권석만, 『인간관계의 심리학』, 서울: 학지사, 2004.
- 권석만, 『인간의 긍정적 성품: 긍정심리학의 관점』, 서울: 학지사, 2011.
- 권수영, "서구 긍정심리학, 얼마나 긍정적인가", 『신학과 실천』 (한국실천신학회), vol. 30, 2012, pp. 377-403.
- 노안영 · 강영신, 『성격심리학』, 서울: 학지사, 2002.
- 설기문, 『인간관계와 정신건강』, 학지사, 2010.
- 이희경, 이동귀, "긍정심리학적 인간이해와 변화", 『인간연구』 (가톨릭대학교 인간학연구소), 2007, pp. 16-43.
- 장춘미, "대학상담에서 긍정심리학의 활용 가능성", 『학생생활연구』 vol. 23, 2010, pp. 63-80.
- 장환영, "평생교육을 위한 긍정심리학의 시사점: 행복, 진정성, 심리자본에 대한 탐구", *Andragogy Today: Interdisciplinary Journal of Adult & Continuing Education*, (한국성인교육학회), vol. 15, 2012, pp. 141-169.
- 최광현, "영산의 목회패러다임에서의 긍정의 힘과 긍정의 상담", 『영산신학저널』 vol. 11, 2007, pp. 219-234.
- 최광현, "감사의 과학인 긍정심리학과 영산의 목회신학", 『영산신학저널』 vol. 23, 2011, pp. 241-259.
- 한국목회상담학회 편, 『현대목회상담학자연구』, 도서출판 돌봄, 2012.